June 06: Rs. 15



జీవనవేదము

ఒక సరళ సుందరమైన కార్యక్రమము

అఖిల భారత పత్రిక, జూన్ 2006

జీవనవేదము

ఒక సరళ సుందరమైన కార్యక్రమము

నిరాడంబరంగా ఉండు

ఉల్లాసంగా ఉండు

ప్రశాంతంగా ఉండు

చేసే కార్యము ఏదైనా శక్తివంచన లేకుండా చెయ్యి.

ఎల్లవేళలా నా స్మృతిలో ఉండు

ఇంతకు మించి నీ నుంచి నేనేమీ అపేక్షించను.

శ్రీమాత

విషయసూచిక

నిరాడంబరంగా ఉండు

హాయిగా ఉండు

నిశ్చలంగా ఉండు

పనిలో ప్రాధాన్యత

నీ (లో) ద్వారాలు శ్రీమాతకై తెరచి ఉంచు

స్వచ్ఛత – సారళ్యతల అవసర స్పృహ కూడా సత్య స్పందనమే. అదీ లోలోపలి మార్గదర్శనం ద్వారానే వస్తుంది. అంతర్గత దివ్యాంశ – ఏది లోతుల్లో మనః ప్రాణ శరీరాంతర్గతంగా వున్నదో – అది – పైకి పొడుచుకొని వస్తుంది. దానితో కాని, నీలోని మార్గదర్శకునీ ఆధ్యాత్మిక పరిణామాన్ని కల్పించే శక్తినీ – గుర్తించలేవు. ఈ సరళత ఎలా కలుగుతుంది? – అంటే నీవు మానసిక వికారాలను, వాంఛా వలయాలను ఛేదించుకోగలిగినపుడు – స్వచ్ఛత లభిస్తుంది. ఆ కోరికల ప్రేరణలు నిన్ను ఒక చోట నిలువనీయవు. వాని నుండి విడివడిపోవటం ద్వారానే నీవా మహాసత్య – ప్రకాశాల కున్ముఖంగా పోగలవు. అప్పుడే నీ సర్వజీవితాన్నీ అవి ఆవరించి నడిపిస్తాయి.

శ్రీఅరవిందులు

అందమైన జీవనానికి
అమ్మ అందించిన అయిదు సూత్రాలు

క్రమబద్ధమైన జీవితము ఇహపరసాధనము. ప్రాణికోటిలో మాన వుడు సర్వోత్కృష్ట జీవి. కాని మన మెలాంటి జీవితం జీవిస్తున్నాము? ఆలోచిస్తే ఆశ్చర్యమే కలుగుతుంది. యాంత్రికమైన గానుగెద్దు జీవనంతో నిరర్థకంగా బ్రతుకుతున్నాము.

లోచూపుతో అంతరంగసాక్షిగ బ్రతికే బ్రతుకే ఉత్కృష్టమైనది, ఉన్నతమైనది. సమున్నత చేతనాభూమికల నధిరోహింప చేయగలిగేది; నేటి మధ్యంతర మానవుని రేపటి ఉన్నతమానవునిగా పరిణమింప చేసేది. శ్రీమాతారవిందుల అవతార లక్ష్యమును – "ఈ పృథ్వీజీవితము దివ్యజీవితమ్ముగ మారిపోవును" – అన్న వారి భవిష్యదర్శనమును సాకారం చేసేది. వారి దివ్య సందేశానికి అనుగుణంగా దివ్యజీవన సాధకులుగా లోకకళ్యాణానికి తోడ్పడటం మన అందరి కర్తవ్యం.

ఇందుకు ప్రాథమికంగా శ్రీమాత పంచసూత్రప్రణాళిక నొకటి మనకి ప్రసాదించారు. సారళ్యత, సంతృప్తి (ఆనందం) నిశ్చలత, పనిలో పరిపూర్ణత, మనుగడలో సంతత శ్రీమాతారవింద స్పృహ – ఇవీ పరమపద సోపానాలు. శ్రీమాత మనకు అనుగ్రహించిన జీవనవేదం. ఇందులో ఎక్కడా సంక్లిష్టత లేదు. మంత్రం లేదు.. తంత్రం అంతకన్నా లేదు. ఆచరణయోగ్యమై, స్వభావ పరిణామశీలమై జీవితానికి అర్థం పరమార్థం చేకూర్చేది. అమ్మ మాట బంగారు బాట. జీవనసారాన్ని బిడ్డలకు, అలా అలవోకగా అందించారు. తల్లికాక మరెవరు అలా అందించకలరు! ఎన్నటికీ అమ్మ అమ్మే! బమ్మెర పోతనామాత్యుని మాటలలో

"అమ్మలగన్నయమ్మ ముగురమ్మల మూలపుటమ్మ చాల పె
ద్దమ్మ సురారులమ్మ కడుపాఱడి పుచ్చిన యమ్మ తన్నులో
నమ్మిన వేల్పుటమ్మల మనమ్ముల నుండెడి యమ్మ...
.... మా యమ్మ...."

– సంపాదకుడు

నిరాడంబరత

పరమోన్నత సరళస్వభావమే ఆధ్యాత్మికత.

*

సామరస్య వ్యక్తీకరణకు, అన్నిటికంటె శ్రేష్ఠమైనది, సారళ్యత

*

పుష్పం వికసించి సౌందర్య పరిమళాలు వెదజల్లే ప్రయత్నంలో హడావుడి హంగామా ఉంటుందా! అదీ నిరాడంబరత అంటే. అభివ్యక్తీకరణ అంటే అలా సహజ సుందరంగా ఉండాలి. అలాటి సహజత్వంలో (in this simplicity) నిర్మలమైన గొప్పశక్తి ఉంది. అందు ఏ రకమైన హానికర ప్రతిచర్యలు ఉండవు. ప్రాణికశక్తి నమ్మదగినది కాదు; తప్పు త్రోవ పట్టిస్తుంది; తన వలలో వేసుకో ప్రయత్నిస్తుంది; సద్యోఫలితాల ఎర చూపిస్తుంది. ఎంతో బాగా పనిచేయాలనే ఆతురతలో ప్రాణికశక్తి నడిపించినట్లు నడుచుకుంటూ ఉంటాం. కాని ఇది పనిని వక్రమార్గం పట్టిస్తుంది. భ్రమ, నాశనము – వీటికిది చోటు కల్పిస్తుంది.

సారళ్యత ఎంత స్వచ్ఛమైనది! ఎంత సుందరమైనది!

*

యోగమార్గానికి ఈ ఖచ్చితమైన సహజత్వం అత్యంత అభిలషనీయము. ఎందుచేతనంటే ఇది గాఢవాంఛా పరిపూతమైనది కాదు; భ్రమకి తావుండదు; అద్భుతాలు సాధిద్దామనే ఉబలాటం ఉండదు. యోగపురోగతికి ఈ అవరోధాలు ఏవీ ఉండవు.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: కర్రా వెంకటేశ్వర్లు

పరిపూర్ణ నిరాడంబరతను ఎలా సాధించగలం?

నేను వ్రాసినది, మీరు చదవమన్నదే ఇప్పుడు చదువుతాను. ఈ సూక్తులకు బహుశా విశ్లేషణ అవసరమనుకుంటాను.

> *"దివ్యత్వం కలిగి ఉండాలంటే మనం అత్యంత సహజంగా ఉండాలి."*

సహజత్వం ఎలా కలుగుతుంది?

> *"సహజంగా ఉండాలంటె పరిపూర్ణమైన నిరాడంబరత కలిగి ఉండాలి."*

సంపూర్ణ నిరాడంబరతను సాధించడం ఎలా?

> *"సంపూర్ణమైన నిరాడంబరతకి మొక్కవోని నిజాయితీ ఉండాలి."*

పరిపూర్ణమైన నిజాయితీతో ఉండడమంటే అర్థమేమిటి?

> *"సంపూర్ణమైన నిజాయితీతో ఉండడమంటె, అస్తిత్వంలో ఏ రకమైన విభజన, వ్యతిరేకతలు లేకుండా ఉండటం."*

మీరు వేర్వేరు పరస్పర విరుద్ధభావాల సంగమమైనపుడు, మీలో వేర్పాటు ధోరణి అనివార్యంగా చోటు చేసుకుంటుంది. ఉదాహరణకి మీలోని ఒక భాగం దివ్యజీవనం ఆకాంక్షిస్తుంది. మరో భాగం కోర్కెలకు, భవబంధాలకు ఆలవాలంగా ఉంటుంది. ఒక భాగం దైవానికి, దైవేచ్ఛకి, పరిపూర్ణంగా లోబడి ఉండాలనుకుంటుంది. దైవానుగ్రహం లేకపోతే ఏమీ చేయలేమని, దైవానుగ్రహం వల్లనే సర్వము సిద్ధించగలదని, అసలు తన ఉనికియే దైవంతో ముడివడి ఉన్నదనుకుంటుంది. ఈ అనుభవం ఆత్మార్పణ మార్గంలో అనుకూలమైనది. ఇందుకు భిన్నమైన మీలోని మరొక ప్రవృత్తి 'అహం' తో గింజుకుపోతుంది. మరి ఈ అహమే అంతా పాడు చేసేది.

ఇవేమీ అసాధారణ విషయాలు కానే కావు. ఈ రకమైన పరస్పర విరుద్ధమైన ప్రవృత్తులుకల వారి నెందరి గురించో నేను చెప్పగలను. అందుకే ఇక్కడ చిత్తశుద్ధి గురించి జాగ్రత్త వహిం

చాలి. ప్రక్కదారి పట్టించే నీ స్వభావం గురించి జాగ్రత్త వహిం చాలి. చంటిపిల్లవానిని బుజ్జగించినట్లుగా బోధపరచి, స్వభావం లోని కేంద్రబిందువుతో సామరశ్యత సాధించి, వక్రమార్గం పట్ట కుండా జాగ్రత్త వహించాలి. ఇది చిత్తశుద్ధి చేసే పని. మరి ఇది అనివార్యమైనది కదా!

నీలోని పరస్పర విరుద్ధమైన స్వభావాల సామరశ్యత, సమ న్వయము, ఐక్యత సాధించబడినపుడు, నీ జీవనము, సరళసుం దరమై చేసే పనులు కూడా సక్రమంగా ఏకోన్ముఖంగా ఉంటాయి. స్వతస్సిద్ధమైన నీ సహజ స్వభావ కేంద్రానికి మొత్తం అంతా సమన్వయం కాబడి రాణిస్తుంది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: డి. సత్యవాణి

సంక్లిష్టత అసంక్లిష్టతకి ప్రేరణ

సృష్టిలో ఒక దృక్పథం ఉంది. అది నవీనమైనదే కావచ్చు. కల్లోలం, అస్తవ్యస్తం విభ్రాంతుల నుండి, సామరస్యతాలోపం, గందరగోళాల నుండి తప్పించుకొనే అవసరాన్ని అది కలుగ జేస్తుంది. ఈ భ్రమలు, అస్తవ్యస్తతలన్ని వీలున్నంతవరకు ప్రతి దానిలోను ఏర్పడి ఒక రకమైన అలజడిని, నిష్ప్రయోజనాన్ని, వ్యర్థప్రయాసను మిగిల్చిపోతాయి.

మంచిదే.... ఈ అవ్యవస్థ పరిస్థితి, కల్లోలం కూడా నిజమైన, స్వచ్ఛమైన నిరాడంబరత రూపొందేందుకు ప్రేరణ ఔతుంది.

ఈ రకమైన కలగాపులగత్వం రూపాంతరీకరించబడాలి. సరళ సుందరంగా మారాలి.

ప్రకృతి తన ఆత్మ వ్యక్తీకరణ ప్రయత్నంలో అత్యంత మౌలికమైన 'సాధారణత్వాన్ని' పునః స్థాపించుకోవటం కోసం నమ్మశక్యమేగాని ఊహించలేని క్లిష్టపరిస్థితుల్ని రూపుమాపడం కోసం తనకు తాను బద్ధురాలు కావాలి.

ఇలా మితిమీరిపోయిన క్లిష్టపరిస్థితి నుండే ఎప్పటికి క్షయమవ్వని దివ్యసామరశ్యత ఉద్భవించే అవకాశం ఉంది. ఈ గందరగోళ పరిస్థితికి మరి ఇదే ప్రయోజనం. ఇదంతా జరగడంలో ముఖ్యోద్దేశం... ఒకే దివ్యావస్థని, సహజత్వాన్ని, సమస్తంలో ఉన్న ఏకత్వాన్ని వెలికితీసే ప్రయత్నం చేయడం కోసమే.

ఒకప్పుడు ఇది వేగిరమౌతున్నప్పుడు సందేహం కలుగవచ్చు. అయితే ఆకాంక్ష తీవ్రంగా, ప్రభావోత్పాదకంగా ఉన్నప్పుడు జటిలమైనదాన్ని సాధారణంగానూ, క్రూరత్వాన్ని ప్రేమగాను రూపాంతరీకరించవచ్చు.

అయ్యో! అది అలా ఉందేమిటి? ఇది ఇలా ఎందుకు జరుగుతుంది? ఇలాటి అసంతృప్తి ధోరణివల్ల ఉపయోగం లేదు. అది అలా ఉండి ఉండకపోతే బాగుండేది అనుకుని లాభం లేదు. ఎలా ఉండాలో తెలుసుకోవాలి. అందుకు తగిన రీతిగా ప్రవర్తించాలి అంతే! That's all

మూలం: శ్రీమాత
అనువాదం: హర్షవర్ధన్

సమగ్రమైన నిరాడంబరత

పరిపూర్ణమైన అంతఃకరణశుద్ధి ఫలితంగా నిరాడంబరత సమగ్రమవుతుంది.

*

శ్రీఅరవిందాశ్రమంలో చైతన్యవంతమైన ప్రశాంతత పాదుకొని ఉండటం ఎవరైనా గమనించవచ్చు. ముఖ్యంగా బయటనుంచి వచ్చే పర్యాటకులకు వేరే లోకంలో ప్రవేశించిన భ్రమ కలుగుతుంది. కొంతవరకూ అది నిజమే. ఈ లోకంలో ఆంతరంగిక ప్రవృత్తే బాహ్యజీవితాన్ని నడిపిస్తుంది. ఇక్కడ ఎవరి కోసం వారు కాకుండా ఒక ఆదర్శ సాధన కోసమే అందరం పనిచేస్తాము. మేము గడిపేది కేవలం సుఖసంతోషాలకై ప్రాకులాడి బలహీన

పడే సాధారణ జీవితమూ కాదు; సర్వసంగపరిత్యాగం చేసే ఆశ్రమజీవితమూ కాదు. ఆ రెండింటికీ అతీతంగా ఉండే వైవిధ్య మైన నిరాడంబరత మాది. వివిధములైన వృత్తి విశేషాలూ, అనేక విధాలైన కార్యకలాపాలు, వివిధమైన అభిరుచులు, ప్రవృత్తులు, స్వభావాలు, ఒకటేమిటి, ఎవరికి నచ్చిన జీవిత విధానాన్ని వారు ఏర్పరుచుకోవచ్చు. క్రమశిక్షణ కూడా మరీ ఎక్కువ వుండదు. ఇతరుల ఉనికికి భంగం కాకుండా, యోగసాధనకు ప్రతిబంధకం కాకుండా ఉండటానికి ఏ క్రమశిక్షణ కావాలో అంతవరకూ పాటి స్తాము.

*

ప్రశ్న: మధుమయీ మాతా! నా కొక్కొక్కసారి నేను చేసే ఇతర కార్యకలాపాలన్నీ వదిలేసి మొత్తం కాలమంతా పనిచేస్తూ గడ పాలని అనిపిస్తుంది. నా ఆటపాటలూ, చదువూ మొదలైనవన్నీ ఒదిలేయాలనిపిస్తుంది.

దీనికి కారణం దైహిక ప్రవృత్తికుండే ఒక రకమైన తామ సిక వైఖరే. క్లిష్టపరిస్థితులను ఎదుర్కోటానికి కావలసిన స్థైర్యాన్ని, దృఢత్వాన్ని సమీకరించుకొనే ప్రయత్నం చేయటానికి బద్ధ కించి జీవితాన్ని సూక్ష్మీకరించుకోవాలనుకుంటున్నావు. నువ్వు సమగ్రమైన వ్యక్తిగత పురోగతిని సాధించాలనుకుంటే మాత్రం ఇలా జీవితాన్ని సూక్ష్మీకరించుకోవాలనుకోవద్దు.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: డా॥ ఎ. వెంకటరామశాస్త్రి, డా॥ ఎ. ప్రభావతి

ఆత్మానుభూతికి ప్రమాణాలు దేనికి?

ఆధ్యాత్మిక జీవితమంటే సన్యాసజీవితమనీ, శరీరావసరానికి అనుచితమైనవానిని పరిత్యజించటమనీ – అంతా అంగీకరించిన సత్యమే. ఇది జీవితం నుండి ఉపసంహరించుకొనే ఆధ్యాత్మిక జీవితావసరం. కానీ, ఆత్మోన్ముఖ ప్రయాణాని కత్యవసరమైనది కేవలం సరళత – క్లుప్తత. మిగిలినదంతా భౌతిక – వాంఛామయ స్వరూపం. కానీ, విశాలదృష్టితో పరికిస్తే ఇది మనస్సు కల్పించే ప్రమాణం. అది అజ్ఞానం మీద ఆధారపడినది. దీనికి ప్రేరణ కోరికలు. అజ్ఞాన విచ్ఛేదం. అహంకార నిర్మూలనం సర్వాన్ని త్యజించటం – కోరికలనే కాదు – అన్నిటినీ. ఇలాంటివన్నీ మనఃకల్పిత ప్రమాణాలే. వాంఛల నతిక్రమించిన చేతన కివన్నీ అనవసరం. ఎందుకంటె, ఆత్మసంయమనం. పవిత్రత – పరిశుభ్ర తలు దాని బీజంలోని స్వభావాలు. ఇవి ఐశ్వర్యంలోనూ – పేద రికంలోనూ ఉండవచ్చు. దేనిలోనైనా అపవిత్రత, పరిశుద్ధత విధ్వంసము కావటానిక కవకాశ ముంది కనుక. అది నిజమూ కాదు – సంపూర్ణమూ కాదు. విజ్ఞానజీవితానికి ప్రధానాధార సూత్రం. ఆత్మస్వయం వ్యక్తీకృతి. దైవసంకల్పం. ఇదీ, ఆ ఆత్మా భివ్యక్తి కేవలం సరళ క్లుప్తజీవితం ద్వారానే వ్యక్తీకరించబడ తాయి లేదా సంక్లీర్ణ – ఐశ్వర్య వైభవం ద్వారా కానీ వ్యక్తం కావచ్చు లేదా సహాజ సమన్వయం ద్వారా కానీ, కావచ్చు. ఎందుకంటె సౌందర్య వైభవాలు, వస్తుగర్భంలో దాగిన మాధు ర్యం, హాస్యం; జీవిత సంతుష్టి – సూర్యుని వెలుగూ; ఆత్మశక్తి యొక్క వ్యక్తీకృతులే. సర్వతోముఖంగా వస్తుగతంగా అభివ్యాప్త మైన చైతన్యమే ప్రకృతిగత న్యాయసూత్రమై జీవిత ప్రరిణామ పరిధినీ, పరిసరాల విస్తృతినీ నిశ్చయిస్తుంది. అన్నిటిలోనూ నిండి నిబిడీకృతమైన అదే – కరుణార్ద్ర సహాజ – అకృత్రిమ సూత్రం తొణికిసలాడుతుంది. నీరస ప్రమాణాలు కూడా మనస్సు కల్పించే వస్తువుల ఏర్పాటుకు అవసరమైనా – ఆధ్యాత్మిక జీవనసూత్రం మాత్రం కాదు. చైతనవ్యక్తీకృతిలో స్వేచ్ఛావైవిధ్యము లుంటాయి.

వాటి కాధారంగా ఏకత్వమూ అభివ్యక్తమౌతుంది. కానీ సర్వే సర్వత్రా సమతా – ఋతము లేదా యథాతథ్యత లుండి తీరుతాయి.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
అనువాదం: తుమ్మపూడి కోటీశ్వరరావు

II హాయిగా ఉండు:

ఆనందమార్గాన సాగిపో

కొత్త వెలుగు మీలోకి నింపుకొని నూతన కాంతిమార్గంలో ఆనందంతో ముందుకి అడుగువేయండి.

*

ఆత్మ సహజ స్వభావం శాశ్వత, నిశ్చల, దివ్యానందం.

*

ఆనందంగా ఉండే ప్రయత్నం చేస్తే, వెంటనే దివ్యతేజస్సుకు చేరువవుతావు.

*

ఆనందంగా ఉండేందుకు కావలసిన లక్షణాలు పట్టుదల, విశ్వాసం... ఇంకా ప్రతి చిన్నదానికీ నీరుకారిపోకుండా ఉండే ప్రసన్న సుందర స్వభావం. దేనికీ మనసు చిన్నబుచ్చుకోకుండా, చిరునవ్వుతో ఎన్ని కష్టాలనైనా ఎదుర్కొనగలగాలి. దీనినే ఇంగ్లీషులో cheerfulness అంటారు. ఇది మీలో ఉంటే, ప్రగతికి అవరోధాలుగా వచ్చే ఎన్నో దుష్ప్రభావాలని తేలిగ్గా పక్కకి నెట్టగలుగుతారు.

*

ఆనందంగా ఉండాలంటే ఇంకో విషయం గుర్తుంచుకోవాలి. చీటికీ మాటికీ గునుస్తూ ఉండకూడదు. ఈ సణుగుడు స్వభావం, మీ ఉత్సహాన్ని దిగజార్చే ఎన్నో శక్తులని స్వాగతీకరిస్తుంది.

ఎప్పుడూ చిరునవ్వుతో ఉండండి. నేనెప్పుడూ చలోక్తులు విసురుతూ ఉంటాను. కాని అవి నవ్వడం కోసమే కాదు. అది నాలోని ఛిత్‌శక్తి వ్యక్తమయ్యే తీరు – నాలోని ఆత్మవిశ్వాసానికి గుర్తు. చక్కని చిరునవ్వు మన ఆత్మస్థైర్యానికి గుర్తుగా, దివ్యత్వానికి ఏదీ అడ్డు నిలువలేదనీ, తుది విజయం దివ్యత్వానిదేనని చాటుతుంది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: బి. వరలక్ష్మి

అంతరంగ వైభవం

హాస్యము, ఆనంద వైభవపు స్వయంచాలక పార్శ్వము. నిరంతర మందస్మిత వదనారవింద వికసిత భావ విస్తృతియే హాస్యవిభావరి; ఆనందము, హాస్యము కలివిడిగ కలసియాడు లాస్యవిన్యాసములు. హాస్యము. ఎట్టి మానసిక, భౌతికతొందరలకు గురి చేయని, హానికరమైన అనుభవములను కల్పించని ప్రకాశ చైతన్య పూర్ణతల స్వయంచాలక అంతర్గతస్థితిలో సంలీనమై యున్నది. సమత సాఫల్యతపై సర్వేశ్వరుని అనుగ్రహ సంకేతమైన ఆమోద ముద్ర దాని నిర్దిష్టత. అది విశ్వవనవాటికలో అనంతబాలకుని బాలక్రీడలాడు శ్రీకృష్ణుని ప్రతిరూపముగ మనలోని అంతర్యామిగ చరించుచున్నది.

*

చమత్కారం సృష్టి మనుగడ మర్మం. ఆ చమత్కారం అదృశ్యమైనచో ఇప్పటికే ఎంతగనో గాడితప్పిన విశ్వతుల్యశక్తి మఱింతగ దిగజారి అస్తవ్యస్తమై ఏనాడో మసియై పోయి ఉండెడిది.

*

యోగి, సాధనలో ఎల్ల వేళలా గంభీరవదనము దాల్చి, మౌన ముద్ర ధరించి ఉండవలసిన ఆవశ్యకత లేదు. అయితే యోగమునకు నిశ్శబ్దత, అంతరంగ సమత్వముల అగత్యమున్నది. యోగ

సాధనలో నిరంతరము బాహ్యాభిముఖుడై చరించకూడదు. అలా గని, విషణ్ణుడై యుండవలెనని గానీ కాదు.

*

ప్రసన్న మాధురీ సంభూత భావనలు పురోగమించు గాత. ఏలన అవి ఆత్మ యొక్క దృఢసంకేతములుగా చైత్యపురుషని మేల్కొలిపి మనల వెన్నంటి యుండును. త్రికరణముల తప్పటడుగులు నిన్ను కలత పెట్టకుండు గాక. బహిర్లగ్నమైన ఏదో ఒక వస్తువుగ, వాటిని నీ కత్యంత దూరముగ నుంచుము... నీ దరికి జేరనీకుము. నీ ఆత్మ తదనుగుణ మహోన్నత సత్యాలు తోడుగా ఆవిష్కరించుకొనే వాటికే ఒడంబడి యుండుము.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: అన్నవరం ఆదిశేషయ్య

సంతోషంగా ఉండడం ఎలా?

శాశ్వతమైన సంతోషానికి ఏకైక మార్గం దైవానుగ్రహం పట్ల సంపూర్ణమైన సమగ్ర విశ్వాసం ఉండటమే.

*

సంతోషంగా, శాంతంగా ఉండడానికి అత్యుత్తమ మార్గం దైవం పట్ల నిరంతర అపార, సమగ్ర కృతజ్ఞతాభావాన్ని నీ లోలోతులలో అనుభూతి చెందడమే.

*

నీ సంకల్పాల్లో నిరాశ దరి రానీయకు. ఆశను ఆహ్వానించు.

*

ఎల్లప్పుడు మనం మంచి పనినే చేద్దాం. దాని వల్ల మనం నిరంతరం ప్రశాంతంగాను, సంతోషంగాను వుండగలుగుతాము.

*

పవిత్రమైన నిష్కామమైన ప్రేమ ప్రసాదించేటంతటి ఆనందాన్ని మరేదీ ఇవ్వలేదనుట వాస్తవం.

నిజమైన ఆనందానికి మూలము దైవము. అది పవిత్రమైనది, స్వతంత్రమైనది. సాధారణ సుఖానికి ప్రాణశక్తి మూలము. అది అపవిత్రమైనది, పరిస్థితులపై ఆధారపడి ఉండేది. హృదయంలో ఈశ్వరానుభూతితో పోల్చదగిన మహదానందం ఎక్కడ ఉంటుంది?

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: బి. నరసింహయ్య

స్వచ్ఛమైన ఆనందం తెలుసుకో

మానవ మాధవుల సమాగమనగా, మానవునిలో దివ్యాంశ చొరబడుట అని, దివ్యత్వములో మానవుడు తనకు తాను విలీనమగుట అని సదా భావించాలి.

కాని ఆ విలీనము నిర్మూలించే విధంగా ఉండదు (not annihilation). *ఈ శోధన, ఉద్రిక్తత, బాధ, పారవశ్యతల లక్ష్య సాఫల్యత, అంతరించుటలో* (extinction) *లేదు. అదే అయితే అసలీ క్రీడ ప్రారంభమయ్యేదే కాదు.*

ఆనందమే అసలు రహస్యం. స్వచ్ఛమైన ఆనందమును తెలుసుకున్నట్లయితే దైవానిని గూర్చి తప్పక తెలుసుకోగలవు....

– *శ్రీఅరవిందులు* (*Thoughts and Glimpses*)

ప్రశ్న: స్వచ్ఛమైన ఆనందమును గూర్చిన 'ఎరుక' ఎలా కలుగుతుంది?

మొట్టమొదట కోరికలు, వాటి సంతృప్తి, వాటివల్ల పొందే ఆనందము అస్పష్టము, మిశ్రమము, అస్థిరము, అసంతృప్తికరము అని తెలుసుకోవాలి. ఈ అవగాహన నీ శ్రద్ధాపూరిత పరిశీలన ద్వారా కలగాలి. మామూలుగా ఇది మొదటి మెట్టు. ఇక్కడ నుంచే నీ తెలివి ప్రారంభం కావాలి.

తరువాత వ్యక్తి యుక్తాయుక్త పరిజ్ఞానముతో వివేచన చేయవలసినది – కోరిక. దానిని సంతృప్తిపరచటానికి విముఖత.

అసలు ముందే కోరికను తిరస్కరిస్తే దానిని సంతృప్తపరచవల సిన అవసరమే రాదు కదా! కోర్కెలను సంతృప్తిపరచే ప్రయ త్నానికి విముఖత చూపే బదులు ముందే కోర్కెలను తిరస్కరిం చటం వల్ల పొందే ఆనందం అమితమైనది కదా! బుద్ధుడు ప్రప్ర థమంగా ప్రవచించిన బోధన ఇదే! కోరికను తృప్తిపరచుటలో పొందే ఆనందం కన్నా, దానిని జయించుటలోను, నిర్మూలిం చుటలోను పొందే ఆనందం అపారమైనది, మహోన్నతమైనది. శ్రద్ధ, పట్టుదల కలిగిన ప్రతి సాధకుడు ఎప్పటికైనా ఈ సమ్యకస్ త్యమును తెలుసుకొంటాడు. అంతే కాదు, తన కోరికలను అధి గమించుటలో పొందే ఆనందము, వాటిని తృప్తిపరచుటలో కలిగే నశ్వరము, కలుషితము, అతిస్వల్పము అగు ఆనందము కన్న – అధికాధికమైనది, అసమానమైనదని కూడ తెలుసుకుంటాడు. ఇది రెండవ మెట్టు.

యిలాంటి నిరంతర క్రమశిక్షణ కలిగి ఉన్నప్పుడు కోరి కలు సహజంగానే దూరమవుతాయి. ఇబ్బంది పెట్టవు. అందు మూలంగా నీ అంతరంగంలోకి ఇంకొంత లోతుగా పోవుటకు, స్వేచ్ఛ లభిస్తుంది. ఆనందప్రదాత కోసం, దైవాంశ కోసం, దైవ కృప కోసం ఆకాంక్షిస్తూ నిన్ను నీవు తెరుచుకోగలుగుతావు. దీనిని శ్రద్ధాపూర్వక అర్పితభావనతో నిర్వర్తించినట్లయితే నీ హృదయమంతా హాయిని చేకూర్చే మధురభావనా స్రవంతులతో నిండిపోతుంది. దివ్యానందావిష్కరణకు ఇవి సూచికలు.

అటుపైన మార్గము సుగమమే...

ఒక సమయం ఆసన్నమవుతుంది. ఇక అంతా దివ్యానం దమే! అస్తిత్వమే బ్రహ్మానందమయము! (delight of being) నిజానికి ఉన్నది కూడా అది ఒక్కటే. వ్యక్తులలో మాత్రమే కాకుండా, సర్వభూతనివాసిగా కూడా! సర్వత్రా దివ్యానంద ప్రకంపనలే! కామనలలో, బంధనాలలో, ఆకర్షణ, వికర్షణలలో ఉన్నప్పుడు సహజంగానే ఈ అనుభూతి కలుగదు.

ప్రాణిక, శారీరక స్థాయి ఆనందాలలో, ఇది అనుభావ్యము కాదు. ఎందుకంటే ఈ దివ్యానందము సూక్ష్మగ్రాహ్యంగా

ఉంటుంది. వినిపించని రాగంలా నీవు ఎక్కడ ఉన్నా నీ కోసం ఇది గానం చేస్తున్నట్లుగానే ఉంటుంది. ఈ మాధుర్యం కొంత కాలానికి నీకు అలవాటైపోతుంది.

ఇలాంటి అనుభూతి కలుగగానే, శరీరములోని ప్రత్యణువు దానితో నిండిపోతుంది. తర్కానికి, విశ్లేషణానికి అతీతమైనది. ఈ స్థితిలోనే నీవు నివసిస్తావు. ఈ శరీరము కూడా ఇందులో భాగ స్వామ్యము వహించినపుడు, ఇది ఎంతో హాయిగా (fresh) మును పెన్నడూ, యెరుగనిదిదా క్రొత్త అనుభవంగా, సహజసిద్ధంగా (spontaneous) అనిపిస్తుంది. ఆత్మపరిశీలన, ఆత్మవిశ్లేషణ, వస్తు విశ్లేషణ – వీటికి అవకాశమే ఉండదు. ఆవేశతీవ్రత ఉండదు. నిశ్చలానంద సంకీర్తనంగా మధుర స్పందనలతో కూడి ఉంటుంది. ఇది సూక్ష్మమైనదే కాక తీక్షణమైనది కూడా. ఈ అనుభవంలో విశ్వమంతా ఒక ప్రమోదకరమైన సామరస్య మాధుర్యంతో తొణికిసలాడుతూ ఉంటుంది. సాధారణ చైతన్యానికి ఆమోదం కానివి, సహించనివి కూడా అద్భుతంగా కనిపిస్తాయి. పరమా ద్భుత సామరస్యతే అంతా! వాస్తవ దివ్యసత్యానందమే! అంతా మారిపోతుంది.

ఇదంతా ఒక క్రమశిక్షణగా సాధన చేయవల్సినది. దివ్యా నందమే నా లక్ష్యం అని ప్రారంభించకూడదు. స్వార్థం చేరితే ఫలితం ఆలశ్యమౌతుంది. ఫలితాన్ని ఆశించకూడదు. నిస్వార్థ అర్పణ భావంతో, సహజంగా బేరసారాలు లేకుండా దైవార్పణంగా నిర్వహింపబడాలి. అప్పుడే అంతా పరమోన్నత సత్య, శివ, సుందర ఆనందమయం ఔతుంది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: అందుగులపాటి కైలాసపతి, జానకి

III నిశ్చలంగా ఉండు:

మానసిక, ప్రాణిక ప్రశాంతత

'ప్రశాంతంగా ఉండాలె' అంటే అర్థం ఏమిటని ఒకాయన నన్న డిగాడు. 'ప్రశాంతంగా ఉండు' అని నేనెవరితోనైనా అన్నానంటే, ఉద్దేశించిన వ్యక్తిని బట్టి దాని అర్థాలు మారుతుంటాయి. మొట్ట మొదటి ఆవశ్యక ప్రశాంతత మానసిక ప్రశాంతత. ఎందుకంటే ఇది సాధారణంగా మృగ్యమైపోతున్నది. 'ప్రశాంతంగా ఉండు' అన్ని చెప్పటంలో నా ఉద్దేశ్యం, నెమ్మదిలేని, ఉద్రేకపూరితమైన, ఆందోళన కల్గించే ఆలోచనలు రాకుండా ప్రయత్నించటం, మన సును పదిలపరచుకొని, ఊహాపోహల్లో, మానసిక కల్పనల్లో విహరించకుండా ఉండేట్లు యత్నించటం అని.

ప్రశాంతంగా ఉండమంటారు కాని అందుకేం చేయాలి? అని మళ్లీ మీరడగవచ్చు. దీనికి ధారాళంగా సమాధానం అదే. మీరు మొదట ఆ ప్రశాంతత అవసరాన్ని గుర్తించాలె, కోరుకో వాలె, ఆకాంక్షించాలె, తర్వాత ప్రయత్నించాలె. ప్రయత్నించడం కోసం ఎందరో మహానుభావులు బోధించిన, ఆచరించిన విధా నాలెన్నో ఉన్నాయి. ఈ పద్ధతులు సాధారణంగా దీర్ఘమైనవి, కష్టతరమైనవి. లక్ష్యాన్ని చేరుకునేలోగా ఎందరో నిరుత్సాహపడి పోతారు. వాళ్లెంత ప్రయత్నిస్తే అంతదా వారి తలల్లో ఆలోచనలు సుళ్లు తిరుగుతూ చికాకుపరుస్తాయి.

ప్రతి వ్యక్తికీ విధానం వేరుగా ఉంటుంది. అలసిపోయా ననో, శ్రమ ఎక్కువైందనో, తమ స్థితిని అధిగమించి ఉన్నత స్థితిని పొందాలనో – కారణం ఏదైనా మొట్టమొదట మానసిక ప్రశాంతతను మొదట అర్థం చేసుకొని, దాని అవసరాన్ని గుర్తిం చాలె. ఆ తర్వాత ఆ లక్ష్యాన్ని చేరుకోవటానికి ముందె తెలిసిన క్రొత్త మార్గాలనూ క్రమంగా యత్నించాలె.

అప్పుడు మరో ప్రశాంతత మన కత్యవసరమని తెలుసు కుంటాం. అదే ప్రాణిక ప్రశాంతత – కోరిక లేకపోవడం. ఈ ప్రాణికస్థితిని సరిగా పెంపొందించుకోకపోతే మాత్రం, మనం

ప్రశాంతతను కోరగానే అది నిద్రాణస్థితికో లేదా నిష్క్రియతకో దారితీస్తుంది! అప్పుడది "నేనేమీ చేయను. ముందుకు పోను. నా పోషణ కవసరమైన ఉద్రేకాన్ని, ఉత్సాహాన్ని, కోరికను, మోహాన్ని ఇవ్వకపోతే, నేను కదలను, మెదలను" అని మొరా యిస్తుంది. దాంతో సమస్య మరింత సున్నితమూ, కష్టతరమౌ తుంది. ఉద్రేకస్థితి నుండి జడత్వానికి దిగజారడం ప్రగతి కాదు కదా! జడత్వాన్ని లేదా నిద్రాణమైన నిష్క్రియత్వాన్ని ప్రశాం తంగా భావించడం తప్పు.

ప్రశాంతత అనేది ఒక గుణాత్మక స్థితి. సంఘర్షణకు వ్యతి రేకం కానిది గుణాత్మక ప్రశాంతత. ఇది చురుకైన ప్రశాంతత. ఒకరి నుంచి మరొకరికి సంక్రమిస్తూ, అన్నింటినీ శక్తివంతంగా నియంత్రిస్తూ, శాంతపరుస్తూ ఒక క్రమపద్ధతిలో వ్యవస్థీకరిస్తుంది. 'ప్రశాంతంగా ఉండ' మనటంలో నా ఉద్దేశ్యం ఇదే. అంతేకాని "వెళ్లు, నిద్రించు; జడంగా, నిష్క్రియంగా ఉండు; ఏమీ చేయకు" అని కాదు. నిజమైన ప్రశాంతత ఒక మహత్తర శక్తి. మరో విధంగా చెప్పాలంటే నిజమైన శక్తివంతులందరూ ఎల్లప్పుడూ, ప్రశాంతం గానే ఉంటారు. బలహీనులే ఆందోళన చెందుతారు.

మూలం: శ్రీమాత
అనువాదం: యం. రాజగోపాలాచార్య

అందరిలో లేనిదల్లా భగవంతుని సర్వోత్కృష్టమైన ధ్యానము, మారని దివ్య ప్రశాంత అంతర్దృష్టి.

శ్రీమాత

అంతశ్శాంతి

ఎవరైతే బాహ్యాచర్యల వల్ల ఏమీ తెలియబడకుండా అంతర్ముఖులై ఉంటారో దాన్నే మౌనం అంటారు. అదే అంతశ్శాంతి. ఆ స్థితిలోని వారికి బాహ్యాచలన చాలనాలు, స్మృతులు, ధ్వని వినికిడి, దృశ్యావలోకనం ఉండవు. ఈ భౌతిక చర్యలకు అతీతంగా స్మృతికి, క్రియాకలాప సంసర్గం లేకుండా అంతశ్చైతన్యాన్ని, శాశ్వతత్వంలో విలీనం చేయడమే అంతశ్శాంతి. అప్పుడు మాత్రమే అచ్చమైన క్రియాకలాపార్థం అనుభూతికి వస్తుంది.

*

ప్రశాంతత బాహ్య ప్రపంచ పరిస్థితులలో అన్వేషించ కూడదు. అంతర్ముఖంగా జరగాలి. జీవిత అస్తిత్వంలో ఉన్న ప్రశాంతి నీ సత్వము నంతటికీ, శారీరకము వరకు ప్రసరింపబడే అవకాశం నీవే కల్పించాలి. నీవు అభిలషించి అన్వేషించవల్సినది అలాంటి ప్రశాంతతను మాత్రమే.

*

నిశ్శబ్ద ధ్యానంలో, నీ అస్తిత్వపు లోతులలోని సువిశాలమైన కాంతి శక్తిప్రవాహాలు నీ చైతన్యాన్ని ముంచెత్తుతవి. అల్పమైన ఏ రకమైన ప్రతిక్రియలైనా కూడా ఆ సువిశాల జ్యోతిర్మయ ప్రశాంతతలో మాయమైపోతవి. ఫలితంగా ఇది దైవంతో ఐక్యతకి దోహదపడుతుంది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: పురాణపండ రంగనాథ్

అంతశ్శాంతి, అంతశ్శాంతి, ఒక ప్రశాంత సమీకృత శక్తి సంపుటి. ఏ శక్తీ దీనిని చలింప చేయలేదు. సమీకృత సాధనకు ఇది అనివార్యమైన ఆధారం.

శ్రీఅరవిందులు

నిశ్చల మనస్సు

మౌనంగా ఉండటం ఎప్పుడూ ఉత్తమమే. అంటే అర్థం మానసిక స్థబ్దత కాదు. మనసుని ఆలోచనలకి ఆందోళనలకి, ఒత్తిళ్ళకి అతీతంగా, నిశ్చలంగా, ఆనందంగా వుంచుకొని, ఉన్నతశక్తికి ఉన్మీలనం (open) కావించుకోవటం. కల్లోలపరిచే అభిప్రాయాల్నీ, తప్పుడు ఆలోచనల్నీ, తికమకపెట్టే అనిశ్చిత విషయాల్నీ, బాధాకరమైన సంఘటనలనీ ఎప్పుడూ అన్వేషిస్తూ వుండడమనే దురవవాటుని వదులుకోవాలి. ఎందుకంటే అవి స్వభావాన్ని కలచివేసి, వ్యాకులపరుస్తాయి. అందుకే మనసుని నిర్మలంగా వుంచుకోవాలని చెప్పడం. బాహ్యాపరిస్థితులు, ఆంతరంగిక స్థిమితత్వాన్ని భంగపర్చకుండా ఉండే పద్ధతిని సాధన చెయ్యాలి. నిజానికి అది ఏమంత అసాధ్యమైన పని కాదు.

శాంతచిత్తంతో దర్శించే మానసిక దృశ్యం చాంచల్యం లేనిదై స్థిరంగా వుంటుంది. ఆ స్థితిలో ఆలోచనలు తీవ్రంగా వున్నా అవి మనసుని తాకకుండా నిశ్చల వాతావరణంలో ఎగిరిపోయే పక్షులులా దూసుకుపోతాయి. వాటి రాకపోకల ఉనికి కాని, చిహ్నంకాని ఎక్కడా కనపడదు. లక్షా తొంభై ఆలోచనలు తీవ్రంగా వచ్చినా మనసు మాత్రం వీటన్నిటికీ అతీతంగా ఒక విధమైన ఆధ్యాత్మిక స్థిరత్వంలో నిలిచిపోతుంది. అలా మనసు తాను సంపాదించుకొన్న నిశ్చలత్వాన్ని శక్తివంతంగా నిలుపుకోవడం జ్ఞానపరాకాష్ఠకి చిహ్నం. అప్పుడు మనసు తనంతట తాను ఏమీ చెయ్యకుండా దివ్యసందేశాన్ని వింటూ దర్శిస్తూ, చిన్మయానందంలో వుంటుంది.

వింత విషయం ఏమిటంటే, మనసు పై విధమైన పరాకాష్ఠ స్థితికి వచ్చిన తరువాత కూడా, అది తన పాత పద్ధతిలో త్రిగుణాత్మకంగా ప్రకోపించడానికి ప్రయత్నిస్తూ వుంటుంది. అప్పుడు సాధకుడు దాన్ని దరి చేరనివ్వకుండా, వూదెయ్యాలి. ఆధ్యాత్మికంగా ఒక స్థితికి వచ్చిన తరువాత సాధకుడు దీన్ని సులభంగానే సాధించకలుగుతాడు. దాన్నే పురుషప్రయత్నం అంటారు.

శాంతియుతుడైన (అంతరంగ) పురుషుడు బాహ్యాచర్యలకు అతీతంగానే వుంటాడు. ధీరుడు, స్థిరుడు అయిన అట్టి వ్యక్తి అంతర్ జగత్తులో లీనమై (ఆలోచనారహితంగా) బాహ్యాంతర జగతుల్ని ఏకకాలంలో దర్శిస్తూ వుంటాడు. (ఇదొక రకమైన యోగం.)

సాధకుడు బాహ్యప్రపంచపు లంపటాలకి స్పందిస్తూ, వున్నంతకాలం దివ్యనిశ్చలత్వాన్ని సాధించలేడు. నాటి నుంచి తాను వేరై వాటిని తానొక సాక్షిగా గమనిస్తూ ఉండటం తప్పని సరి.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
అనువాదం: డా॥ రాజేశ్వరి

IV పనిలో పరిపూర్ణత:

పనికున్న ప్రాధాన్యత

నీవేపనీ చేయకపోతే నీకు ఏ అనుభవం రాదు. జీవితమంతా అనుభవాలకు రంగస్థలం. నీ ప్రతి కదలికా, ఆలోచనా, పనీ నీకు కొంత అనుభవాన్ని సంతరించి పెడుతుంది. అది తప్పని సరి. సహజంగా ప్రతి పనీ అంతర్గత కృషిని అనుసంధానపర్చే అనుభవ క్షేత్రమే.

ఏ పనీ చేయకుండా ధ్యానంలో లేదా ఏకాగ్రంగా ఉండి పోదలిస్తే మంచిదే. కానీ అందువల్ల నీవు ఎంతగా ఎదిగావన్నది తెలియదు. నీ అభివృద్ధిని గురించి నీవొక భ్రాంతిలో ఉండిపోతావు. కానీ నీవు ఏదైనా పనిని ప్రారంభించినపుడు, నీ పనిని గురించిన ఆనుపానులు, ఇతరులతో నీ సంబంధాలు, నీ భౌతిక అవసరాలు, వెరసి నీ వెంతగా అభివృద్ధి సాధించావనేదానిని అవగాహన చేసుకొనేందుకు మాత్రమేగాక, ఇంకా ఏమి సాధించాల్సి వుంది అనేది నీ ఎరుకలోకి వస్తుంది. ఏ పనీపాటు లేకుండా నీలో నీవు స్థంభించుకొని ఉండిపోతావు. అలాకాక, నీవు బాహ్యతలంలో పనిని చేయడం ప్రారంభించినపుడు, ఇతరు

లతో నీ సంబంధాలలోనూ, జీవితంలో ఎదురయ్యే పరిస్థితుల లోనూ, విషయపరంగానూ, నీవెంత ప్రగతిని సాధించావనేది పని చేస్తూ, ప్రశాంతంగా ఉండగలుగుతున్నావా, సచేతనంగా ఉన్నావా, ధృఢంగా, నిస్వార్ధంగా, ఏ కోరిక లేకుండా, ప్రాధాన్యతలు లేకుండా, బలహీనతలను జయిస్తూ, అసంతృప్తికి తావీయకుండా స్థిరంగా ఉండగలుగుతున్నావా లేదా అనేది పని చేస్తున్నప్పుడేగా తెలిసేది!

*

దైనందిన జీవితంలో సమ్మెటదెబ్బలు అవుసరం. అవి స్వభావాలను పరిశుద్ధపరుస్తాయి. మెరుగు, నాణ్యతలను పెంపుచేస్తాయి. పరిపక్వత నొందిస్తాయి. రమణీయతతో కమనీయంగా తేజరిల్లుతాయి. ఈ స్వాభావికస్థితులన్నీ, ఒకదాని తర్వాత ఒకటి సమగ్ర అభివృద్ధి సాధించడం కోసం బాహ్యంలో కర్మ అవసరం. దైవాన్ని అభివ్యక్తం చేసేందుకు అంతర్బాహ్యాలలో ఈ పనివల్ల ఇతరేతర చైతన్యకేంద్రాలు కూడా వికసించేందుకు అనువుగా ప్రకాశమానం అవుతాయి. గర్వము, సంతృప్తి అనేవి ఎవరికైనా నికృష్టమైఇన ఆటంకాలే. అందుకే అందుబాటులోకి వచ్చిన ప్రతి సూక్ష్మమైన అంశాలను గూడా అత్యంత వినయంగా స్వీకరించి కాచి వడబోసి, స్వభావంలో చోటు చేసుకున్న మాలిన్యాలన్నింటినీ పరిశుద్ధపరచి, వాటిని మృదువుగా మలిచి, నిర్వ్యక్తికం చేసి, నిస్వార్ధంగా, ఆత్మనివేదనతో, సభక్తికంగా, అనురాగపూరితంగా కమనీయంగా మార్చుకోవాలి. అవి జీవుని నడవడికను తీర్చిదిద్ది ఖచ్చితమైన, సరియైన దిశానిర్దేశం చేస్తాయి. లక్ష్యమును చేరుకోవాలంటే అసంఖ్యాకములైన అనుభవాలను సంతరించుకోవాలి. వాటిని తప్పించుకోవాలని చూడకూడదు.

*

మనం మన ఋషుల ప్రబోధాలను గమనించితే వారు ఈ ప్రపంచాన్నుండి తప్పించుకొనడంగాక, ఈ ప్రపంచంలోనే ఉంటూ (ఆధ్యాత్మికత) సాధించాలని వారు భావించారు. వారు ఊహించిన స్వర్ణయుగం ఇక్కడే (ఇహైవసంతః) ఉన్నదనే భావన వారిది.

ఈ ప్రపంచాన్ని విడిచిపోవలననే భావన ఆధ్యాత్మిక పతనంవల్ల వచ్చిన పరిణామం.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: కొంగర భాస్కరరావు

నీ పనిని నీకు వీలైనంత బాగా చెయ్యి

నీవే పని చేసినా వీలైనంత పరిపూర్ణంగా చేయి. నీలోని దైవానికి అది చాలా మంచి సేవ.

*

పరిపూర్ణత నీ ఆదర్శం అయినప్పుడు నీవు నిజమైన దైవోపకరణం కాగల్గుతావు.

*

స్వార్థం కోసం పనిచేయడం అనేది నీ లక్ష్యం కారాదు. ఇది మొదటి షరతు.

అందుకు పట్టుదల, ధైర్యం, సాహసం అనేవి ప్రాథమిక లక్షణాలుగా ఉండాలి.

ఇంతవరకూ నీకు తెలిసినది ఇంకా తెలుసుకొనవలసిన దాని ముందు చాలా అల్పమైనదని, చేసినది ఇంకా చేయవల్సిన దానికంటే చాలా అల్పమైనదని, మనము ఉండవల్సిన పరిస్థితితో పోల్చినపుడు మనము ఉన్న పరిస్థితి అసలు ఏమీ కానే కాదు – అనే గ్రహింపు ఉండాలి.

తన స్వభావంలో అనివార్యంగా కావలసినదానిని సంపాదించుకొనడం కోసం, తనకు తెలియనిదానిని తెలుసుకొనేందుకు, తాను చేయలేనిదానిని చేసి తీరాలన్న దృఢమైన సంకల్పం ఉండి తీరాలి.

వ్యక్తిగత కోరికలకు అతీతంగా ఉండగలిగినపుడు సంప్రాప్తమయే శాంతి, వెలుగులలో తాను నిరంతరం ఎదుగుతూ ఉండాలి.

ప్రతివారికి ఒకే ఒక దృక్పథం ఉండాలి. అది "ముందుకు, ఇంకా బాగా ముందుకు (సాగిపోవాలి)" అన్న ఒకే లక్ష్యం ఉండాలి. అది దైవాన్నీ అభివ్యక్తం కానివ్వడం ఎలాగో ఇంకా, ఇంకా బాగా తెలుసుకోవాలి.

ఈ రోజు చేయలేనిది రేపు తప్పక చేయగలననే దృఢ విశ్వాసం వుండాలి.

*

అమ్మా! మీరన్నారు – "నా ఇచ్ఛయే దైవేచ్ఛ... దైవేచ్ఛ ప్రకారమే కొనసాగనీ" – అంటే తీవ్రమైన ఆకాంక్షతో కేంద్రీకరింపబడిన లక్ష్యసాధన దిశగా మీ ఇచ్ఛ స్థిరంగా కొనసాగాలి. అంతేకాని ముందుగా నిర్ణయించుకున్న కార్యక్రమ దిశగానో, లక్ష్యసాధన దిశగానో కాదు.

ప్రశ్నోత్తరాలు (1929 21 ఏప్రిల్)

అవును. అందులోనే మన సమస్యకు పరిష్కారం ఉంది. నీ ఆకాంక్ష రూపంలో నీ ఇష్టాన్ని ప్రతిక్షణం సమర్పించుకుంటావు. ఆ ఆకాంక్ష చాలా సహజంగా సాకారమయేటట్లుగా – "ప్రభూ! నీ ఇచ్ఛయే నెరవేరనీ", అని గాక ఎంత బాగా చేసేందుకు వీలుందో అంత నిండుగా చేసేలా అనుగ్రహించు" అంటావు.

అయితే ప్రతీసారి ఎంత బాగా చేసేందుకు వీలుందో, లేక ఎలా చేయాలో తెలియకపోవచ్చు. కానీ అలా చేయాలన్న నీ సంకల్పాన్ని దైవం ముందే ఉంచు. అపుడు అద్భుతమైన ఫలితాలను చూడగల్గుతావు. ఈ పనిని నీవు సచేతనంగా, చిత్తశుద్ధితో, పట్టుదలతో చేసినపుడు పెద్ద పెద్ద అంగలతో నీవు ముందుకు వడివడిగా సాగిపోతావు. అదంతే! కదూ! ఆత్మగతమైన ఉత్సాహంతో, సంకల్పబలంతో, ఎవరైనా కర్మను ఎంత బాగా చేసేందుకు అవకాశం ఉందో అంత బాగా చేయాలి. ఇతరులు ఏమి చేస్తున్నారనే దానితో, నీకు ఏ సంబంధం ఉండకూడదు.

*

మనం ఎంత బాగా పరిణతి చెందితే, మనం చేస్తున్న పని గురించిన భావం కూడా అంతా బాగా వికసిస్తుంది. ఈ వికసిత భావ

జాలాన్ని ఏనాడూ మనం నిర్లక్ష్యం చేయకూడదు. కానీ మనం చేస్తున్న కర్మ మన ఆనందస్ఫూర్తితో, సహజసుందరంగా ఉండాలి – స్వచ్ఛమైన ఊటబావినుంచి నీరు పొంగిపైకెగసినట్లు.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: కొంగర భాస్కరరావు.

మన ఆశయము పరిపూర్ణ దివ్యత్వం

దివ్యశక్తికి అర్పణ కాబడిన 'నేను' అనుకునే ఈ ఉపకరణము (ఉపాధి) మరో ముందడుగు వేయాలి. మన నిమ్న ప్రకృతి దివ్య సత్యశక్తికి లోబడినపుడు తనని తాను అధిగమించ గలుగుతుంది. సత్యజ్ఞానశక్తులకు అప్పుడే అనువైన పరిపూర్ణ ఉపకరణంగా రూపొందుతుంది.

కర్మయోగంలో ముక్తి మాత్రమేకాక పరిపూర్ణ రూపాంతరీకరణం కూడా ఆశయం కావాలి. మన స్వభావానికి అనుగుణంగా దైవం మనలో ప్రవర్తిస్తుంది. స్వభావం అపరిపూర్ణంగా ఉన్నపుడు చేసే కర్మలు కూడా అపరిపూర్ణంగా, అసమగ్రంగా, కల్తీగా ఉంటాయి. నైతిక బలహీనతలు ఘోరమైన పొరపాట్లు, అసత్యాలు, తప్పుదారి పట్టించే ప్రభావాలు దారికి అవరోధాలుగా ఉంటాయి. అలాటప్పుడు కూడా దైవం మనలో ప్రవర్తిస్తూనే ఉంటుంది. కాని అది మన బలహీన స్వభావానికి అనుగుణంగా లోపభూయిష్టంగా మాత్రమే ఉంటుంది. అంతేకాని మూలాధార స్వచ్ఛ శక్తి ప్రతిఫలించేటంతటిదిగా ఉండదు. లోపల కదలని జీవాత్మతో పాటు, కదిలే బాహ్యస్వభావము కూడా దివ్యంగా పరిణమించాలి. ఇదీ ఆదర్శం. ఇదెలా సాధ్యం? నీ ప్రతి కదలిక, ఇచ్ఛ, ఆలోచనా, భావన ప్రేరణ – దివ్యస్పృహలో జరిగినపుడు మాత్రమే! అజ్ఞానంలో కూడా మనకి దైవశక్తి స్ఫూర్తి ఉండకపోదు. కాని అది ప్రచ్ఛన్నంగా, అల్పమైనదిగా అధమస్థాయిలో ఉంటుంది. మనది ఉన్నతతరమైన ఆకాంక్ష. మన స్వభావము

దివ్యసత్యజ్ఞాన సంపన్నము. అనంత అంతస్సాక్షీభూత సంకల్పంతో శక్తియుతము. విశాల శాశ్వత జ్ఞానపరిపూతము. పదార్థ ప్రకృతికి అనుబంధితమైన అహం, దానికి లోబడిన మనోప్రాణిక దేహాలు – వీటి తెరలు వైదొలగినపుడు మనం అహంకారశక్తికి లోబడిన వాళ్లము కాక పరిణామక్రమంలో విశ్వేశ్వర ప్రేరణకి లోబడి ఉంటాము. ప్రభూ! నీచే నియమితుడైన నేను నీ చేత ప్రచోదింపబడినవానిగా నడుచుకుంటాను – అని అనుక్షణము ఏ కర్మ చేస్తూ ఉన్నా అనుకుంటావు. అయినా నీ కర్మలు రెండు పాయలుగా సాగుతవి. ఒకటి జ్ఞానప్రకాశము. వేరొకటి ఉన్నత పరాప్రకృతిలో రూపాంతరం చెంది ఉద్ధరింపబడినది. అహంకార భ్రమకి లోనైన స్వభావం కర్మమార్గంలో పయనిస్తూ ఉంటుంది. కాని ప్రతి కర్మను ప్రచోదించేది దైవశక్తియే అని, దైవశక్తియే మనలను నడిపించే యాంత్రికశక్తి అనే పరిపూర్ణ అవగాహన – యోగులు అందుకునే ఆధ్యాత్మిక మనసు – నీకు స్వాధీనమౌతుంది. ఇంత మాత్రమే కాదు. ఇంకా ఉన్నతతరమైన అధిమానసమును చేరగలిగే సంభావ్యత కూడా కలుగుతుంది. అపుడు ఆధ్యాత్మిక మనోచేతన దాటి పరమోన్నత శక్తిస్వరూపిణి – శ్రీమాత యెరుకలో కర్మలు అనుష్ఠింపబడుతున్నవనే చైతన్య స్థాయికి చేరుకోగలుగుతావు. మన ప్రతి కదలిక, ఇచ్ఛ, శక్తి – అన్నీ శ్రీమాత ద్వారా నిర్వహింపబడుతున్నదనే భావన మనకు కలుగుతుంది. మనోప్రాణికశరీరాలు శ్రీమాత పరమోన్నత శక్తి జ్ఞానప్రకాశ వాహికలుగా రూపాంతరీకరింపబడి, భౌతిక అతీత సాధనాలుగా పరిణత చెంది పూర్ణజ్ఞానంతో నిర్దిష్టంగా పనిచేస్తాయి. ఈ దివ్యశక్తికాంతులు ఆవహించుకొన్న వాహికలుగా ఉపకరణాలు. వీటితోపాటు దివ్యపరమోన్నత శాశ్వత అనుభూతి, నీకు స్వంతమౌతుంది.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
అనువాదం: కర్రా వెంకటేశ్వర్లు

దివ్యమాత ఎలా అనుగ్రహిస్తుంది

విశ్వంలో జరిగే ప్రతి సంఘటన వెనుకా దైవంయొక్క సంకల్ప శక్తి ఉండి నడుపుతూ వుంటుంది. కాని దైవం యోగమాయచేత ఆవృతమై కూటస్థంగా వుండి తన అధోప్రకృతి అయిన జీవుని అహంకారం ద్వారా సర్వాన్నీ నిర్వహిస్తుంది.

యోగంలో దైవమే సాధకుడూ, సాధన కూడా. ఆమె వెలుగుకూ, శక్తికీ, జ్ఞానానికీ, చైతన్యానికీ, ఆనందానికీ, ఆయన సంకల్పశక్తే ఆధారంగా వర్తిస్తూ వుంటుంది. ఇవన్నీ ఆమె వైపుకు విచ్చుకున్నప్పుడే, ఆ దైవశక్తులన్నీ కూడా సాధకుడిలో ప్రవేశించి సాధన సాధ్యమవుతుంది.

*

సమర్పణమంటే దైవం ఎడల గలిగిన ప్రేమయే. ఇది స్వచ్ఛందమైనదీ, పరిపూర్ణ శరణాగతీ, ప్రపత్తులతో గూడినది. దానిని ప్రతిఫలంగా శ్రీమాత యధేచ్ఛగా నిన్ను స్వీకరిస్తుంది. అది నీ మానసిక, ప్రాణిక, భౌతిక చేతనా భూమికల్లో ఆమె సన్నిధిగా నీకు లభిస్తుంది. ఆమె నీ అస్తిత్వంలోని గమనప్రక్రియల నన్నిటినీ స్వీకరించి తన దివ్యశక్తితో పునః నిర్మాణం చేసి పరిపూర్ణత వైపు, సిద్ధివైపు నిన్ను నడిపిస్తుంది. శ్రీమాత ప్రేమ నిన్నావరించి తన కౌగిలిలో చేర్చుకుని దైవం వైపుగా నిన్ను తీసుకొనివెడుతుంది. దీని కోసమే నీవు నీలోని భౌతికకక్ష్యల వరకూ అన్ని భాగాల్లోనూ గాఢంగా ఆకాంక్షిస్తూ, అనుభూతి చెంది, అమ్మ సన్నిధిని పొందితే, నీవు కోరినదిగానీ, కోరుకొనవలసినది గానీ, సిద్ధించకపోవటం ఉండదు. నీ ఆకాంక్ష సత్యమైనదైతే, నీవు కోరినది తప్పకుండా సిద్ధిస్తుంది. నీలో పవిత్రీకరణ కొనసాగేకొద్దీ, నీ స్వభావంలో (ప్రకృతిలో) ఈ అత్యావసరమైన మార్పు చోటు చేసుకుంటుంది.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: ధారా రాధాకృష్ణమూర్తి

మన ప్రగాఢమైన
ఆకాంక్ష – అనివార్యమైన గమ్యము

సువర్ణ రోచిస్సు

నీ బంగారు కాంతిరేఖ నా మనోతీరాల మెరసింది.
సూర్యస్పర్శతో చీకటి మానస మందిరాలన్నీ
వివేక కాంతిశిఖరాలుగా ప్రజ్వరిల్లాయి.
దివ్యకాంతిహేల, దివ్యజ్వాలామాల.
నీ స్వర్ణోజ్వల తేజోనివహం నా కంఠంలో నిలిచింది.
నా వాగ్ఝరి దివ్యసంగీతలహరియే అయింది.
నీ గానమే నా ఏకైక సంకీర్తన.
నా మాటలన్నీ మధుర సుధాధారలు.
నీ హిరణ్మయ రోచిస్సు నా హృదయంలో వెలిగింది.
నీ శాశ్వతత్వంతో నా హృదయం స్పందించింది.
ఇప్పుడది ఒక దేవాలయం.
కొలువై ఉన్నది అక్కడ నీవే!
నా హృదయావేశాలన్నీ నీ వైపే!
నీ కాంచనదీప్తిశిఖ నా పాదాల వద్దకు నడిచి వచ్చింది.
ఇప్పుడు నా ఈ భువనం విశ్వలీలా బృందావనము.
నీ దివ్యపీఠము

మూలం: శ్రీఅరవిందులు
భావానువాదం: కె. యజ్ఞన్న

ఉన్మీలనం

చైతన్యాన్ని ఏకోన్ముఖం చేసి శ్రీమాతకు ఒదిగి ఉండటమే ఉన్మీలనం అంటే. మరియే ఇతర కార్యకలాపాలను దరిరానీయక, దైవదత్తమైనదానిని మాత్రమే స్వీకరిస్తూ ఉండటం.

*

జగన్మాత నీలో ప్రవర్తించే విధంగా, ఆమెను తిరస్కరించకుండా, ఆటంకపరచకుండా ఆమె నీలో పనిచేయడానికి వీలుగా ఆమెకు ఉన్ముఖుడవై ఉండటమే ఉన్మీలనమంటే. మనస్సు తన భావాల లోనే బంధింపబడి, సత్యము, వెలుగు (Divine Truth, Divine Light) లను జగన్మాత తీసుకుని రాకుండా నిరాకరిస్తే, ప్రాణికం కోరికలకే అంటిపెట్టుకుని, జగన్మాత శక్తి తెచ్చే నిజమైన స్పందనలు, చొరవను త్రోసిపుచ్చితే, భౌతికం (అన్నమయ కోశం) తన కోరికలలో, అలవాట్లలో, జడత్వంలో బంధింపబడి, అందులోకి కాంతిని, శక్తిని చొరనీయకుండా, పనిచేయకుండా ప్రతిఘటిస్తే, అతడు జగన్మాతకు పరాఙ్ముఖుడు.

*

ఒక దివ్యశక్తి తనలో పని చేస్తున్నదని, ఆ శక్తివల్ల కలిగే ఫలితాలు గూర్చి సాధకుడు స్పృహతో వుండే కనీస పరిస్థితి ఒకటి వుంది. తన మానసిక కార్యకలాపాలతో, ప్రాణిక అశాంతి, అలజడితో, శారీరక జడత్వంతో దివ్యశక్తి అవరోహణకు గాని, దాని చర్యలకుగాని అడ్డుపడక, ఆటంకం కల్గించకపోవటమే ఉన్మీలనం.

*

వివిధ స్థాయిలలో ఉన్నత చైతన్యాన్ని మనలోని చైతన్యం ఆవహించుకోగల్గటం ఉన్మీలనం.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: కె. యజ్ఞన్న

తలుపులు తెరవాలి – ఎలా?

చిత్తశుద్ధితో కూడిన ఇచ్ఛ, ఆకాంక్షలకు అనుగుణంగా నీలో ఉన్మీలనం (opening) ఉంటుంది. (దైవాన్ని అనుగ్రహించుకో గలిగే శక్తి)

*

ఈ తెరుచుకోవటమనేది ఒకేసారి శరీరం అన్ని భాగాలలోను (శారీరక, ప్రాణిక, మానసికాలలో) సంభావ్యం కాదు. ప్రతిభాగంలోను కేంద్రస్థానాలు ఉంటవి. శ్రీమాత సాన్నిధ్యాన్ని ఆవహించుకునే ఆధారకేంద్రాలుగా ప్రబలమైన ఆకాంక్ష, ఇచ్ఛ (aspiration and will) లతో వాటిని బలోపేతం చేసుకోవాలి. అటు పిమ్మట నెమ్మదిగా పురోగమవనం ఉంటుంది.

*

సమర్పణ (surrender) ఉన్మీలనానికి అతియోగ్యమైన మార్గము. ఆకాంక్ష, నిశ్చలత కొంతవరకు సహకరిస్తాయి. అర్పణ – అంటే – నీ సర్వస్వము – అలవాట్లు, ఆలోచనలు, కోర్కెలు మొదలైన వాటిని – వేటిని 'నావి' అనుకోకుండా సర్వము దివ్యసత్యా సమర్పణ కావించి సర్వత్రా దివ్య ఇచ్ఛా, జ్ఞానకాంతులు ప్రసరించేలా చేసుకోవాలి.

*

అమ్మపై దృఢవిశ్వాసము చైతన్యవికసనానికి దోహదపడుతుంది. దివ్యప్రసరణానికి సానుకూలంగా నీలో కవాటాలు తెరుచుకుంటవి. ధ్యానం మాత్రమే చాలదు. దృఢనమ్మకము, నీలో అమ్మను ఆవహించుకొని ఉండుట – ఇవి తప్పనిసరిగా కావల్సినవి.

*

సతతము శ్రీమాత స్పృహలో ఉండు. ఆమె దివ్యశక్తి నీలో ప్రసరించి పనిచేసే వీలు కల్పించు. పనికిమాలిన ఆలోచనలకు తావు ఇవ్వకు. ఇది యోగానికి నిర్దేశిత సూత్రం.

*

నిజానికి, నీ ప్రమేయమేమీ లేకుండానే దివ్యశక్తి నీలో పని చేస్తూ ఉంటుంది. ఇందుకు నీ కృషి అవసరం లేదు. కావల్సినది జీవునిలో యెరుక, గుర్తింపు, ఆమోదము.

*

ఇంకా కావల్సినది పరిమిత 'అహం' నుంచి అపరిమిత సత్వానికి, ఉన్మీలనం. ఇదీ యోగమునకు అర్థం. ఆ పరిస్థితికి రావటానికి ప్రయత్నం అవసరమే. సాధారణ జీవన కార్యకలాపాలలో జీవుడు దివ్యహస్తాలలో ఉపకరణం మాత్రమే. కాని అన్నీ 'నేనే' చేస్తున్నానని అహంకరిస్తాడు.

శ్రీమాతకు నిన్ను నీవు సమర్పించుకొని ఆమెకే లోబడి ఉండటం వల్ల లభించే ప్రశాంతత, ఆనందం, నమ్మకం, విశ్రాంతి అహంభావ జీవనంలో నీకు లభించదు. శ్రీమాత శక్తి నీలో ప్రవేశించి ఆమెయే నీ కార్యకలాపాలు అన్నీ సాగించనీ. ఆ విధంగా జ్ఞాన, శాంతి, ఆనందాలు అందుకో. ఆమెకి ఒదిగి ఉండలేకపోయినపుడు ఆమె అనుగ్రహబలాన్ని సదా ప్రశాంతచిత్తంతో ఆకాంక్షించు.

*

నిరంతర స్మృతివల్ల నీలో శ్రీమాత ప్రవేశానికి సంసిద్ధుడవు కాగలుగుతావు. హృదయకవాటం తెరు మరి! అపుడే కదా శ్రీమాత నీలో ప్రవేశించేది! అప్పుడే కదా ఆమె శక్తి, ఆవేశాలు నీలో ప్రవేశించి నీ స్వభావ పరిణామ కార్యక్రమం ప్రారంభమయేది!

*

యోగి, తపస్వి, సన్యాసి – కావటం కాదు లక్ష్యం. రూపాంతరీకరణం లక్ష్యం. నీ పరిమిత శక్తికి మించిన అపరిమిత శక్తి వల్లనే ఇది సాధ్యపడుతుంది. దివ్యమాత ఒడిలో శిశువుగా ఒదిగి ఉండిపో. అంతా ఆమెయే నిర్వహిస్తుంది.

*

ఈ యోగానికి ప్రాథమిక సూత్రం శ్రీమాత దివ్యశక్తి ప్రభావాన్ని ఆవహానం చేసుకునేందుకు సంసిద్ధం కావటమే. ఆ శక్తి, నీకు పైన ఉన్నది. నీ చైతన్యం దానిని ఆకాంక్షించాలి. అప్పుడే అది

నీ శారీరక మానసికాల లోనికి దిగి నిన్ను ఆవహిస్తుంది. దివ్య శాంతి కాంతిలహరులు నీలో పొంగుతవి. ఇదే దివ్యానందము. నీలో ప్రగాఢమైన ఆకాంక్ష ఇందుకు కావాలి. విశ్వాసం బల పడాలి. నీ లోకవాటాలు తెరవబడాలి. ఆకాంక్ష, పిలుపు, వేడు కోలు – నీ యిష్టం. నీకేది సులువో అది చెయ్యి. మరొక మార్గం ఏకాగ్రత. నీ హృదయ చైతన్యసీమలో ఏకాగ్రత. కొంతమంది మానసిక ఏకాగ్రత పాటిస్తారు. ఏదైనా మంచిదే. శ్రీమాతను ధ్యానించటం ప్రధానం. నీ హృదయపీఠాన్ని అధిష్ఠించమని మనఃపూర్వకంగా వేడుకో. ముఖ్యంగా మనసు నిశ్చలపర్చుకో. ప్రారంభంలో ఇది అత్యంత ఆవశ్యకం. నీ సాధనను ఆటంక పరిచే ఆలోచనలను, సంచలనాలను దృఢంగా తిరస్కరించు. నిశ్చలమనస్సుతో సాధన క్రమేపీ ముందుకు కొనసాగుతుంది. ఓరిమి వహించాలి. తొందర పనికిరాదు. సద్యోఫలితాలు ఆశించ కూడదు. సమయం పడుతుంది. సాధన సడలనీయ కూడదు. చైతన్యాన్ని సుస్థిరపర్చుకోవాలి.

మూలం: శ్రీఅరవిందులు

అనువాదం: కర్రా వెంకటేశ్వర్లు

నీ లోపలి తెర ఎలా వైదొలగుతుంది?

ముందు దీని అవసరాన్ని నీవు గుర్తించగలగాలి. ఇది చాలా ముఖ్యం. ఇది నీ అంతరంగంలోని అణకువ – నా శక్తి ఏ మాత్రము లేదు; నేను నిస్సహాయుడను; దైవకృప లేనిదే నేను ఏమీ కాను; ఏమీ చేయలేను – అనే అవగాహనతో ప్రాథమి కంగా ఆరంభం కావాలి.

ఈ అనుభవం ఏదో ఒక సమయంలో ప్రతివారికీ కలి గేదే! ఓ విపత్కర పరిస్థితి, ఒక చిక్కు సమశ్య, చికాకు పరిచే ప్రేరణ – ఎదుర్కొనవలసి వస్తుంది. పరిష్కారం తోచదు. నిస్స హాయస్థితి; మనసు, ఇచ్ఛ, భావము – ఏవీ పనిచేయవు. అన్యథా

శరణం నాస్తి అనే పరిస్థితి. ఇదిగో సరిగ్గా ఇక్కడే – నీలో ఒక పిలుపు – నీలోని మిగిలినవేమీ పనిచేయకపోగా – ఆ పిలుపే పనిచేస్తుంది. ఇదే నీ ఆకాంక్ష; నీ నిస్సహాయతకి పరిష్కారం.

ఇదీ మొదటి నిబంధన. దైవకృప మాత్రమే సమస్యకి పరిష్కారము – అనేది నీవు యెరుకపర్చుకోవాలి. ఇదే కష్టాల నుంచి గట్టెక్కిస్తుంది. బలాన్ని చేకూరుస్తుంది. ఈ అవగాహనతో నీలో తీవ్ర ఆకాంక్ష మేలుకొంటుంది. చైతన్యం ఉన్మీలనమౌతుంది. దైవకృపకు నీ (లో) ద్వారాలు తెరచుకుంటవి.

కాకపోతే కష్టం తీరిన తర్వాత దైవాన్ని మరువకూడదు. నా పురుషకారం వల్లనే నా కష్టం తీరిందని అహంకరించావో – మరి – ఇంతే సంగతులు.

తలుపులు మూసుకుని తాళం వేసుకున్నావన్న మాటే!

ఈ నీ అంతర్గత తెలివితక్కువతనం (అహం) పోవాలంటే మళ్లీ ఏదో ఉపద్రవంతో నీకు తీవ్రసంతాపం కలగాలి. అయ్యో! నేనేమీ కాను; నాకేమీ చేత కాదు అనుకునే నీ అల్పత్వం అంతవరకు గుర్తుకు రాదు. నా శక్తిప్రతాపాల వల్లనే నేను పని చేయగలుగుతున్నాననే భావన ఎప్పుడైతే నీకు కలిగిందో అంతే – నీ అంతరంగ కవాటాలు గట్టిగా మూసుకుపోతవి. అభేద్యమైన దుర్గంలో బందీవి అయిపోతావు. ఏదీ నీలో ప్రవేశించదు. ఇదే గొప్ప అవరోధం. మనం శక్తివంతులమనుకొని దైవాన్ని విస్మరించి దూరమైపోతాము.

ప్రశ్న: కానీ, అమ్మా! శక్తిహీనుడను అని తాను అనుకున్నా, తనలో, ఏదో తాను శక్తివంతుడను అనే నమ్మకం కలిగిస్తూ ఉంటుంది. (మరి ఇదేమిటి?)

నిజమే! చిత్తశుద్ధి కలిగి ఉండటం కష్టం. అప్పుడు తగిలే దెబ్బలు పెరుగుతవి; మరీ భయంకరంగా పెరుగతవి. బాధల ద్వారానే జ్ఞానోదయం. అజ్ఞానం పటాపంచలవటానికి ఎన్ని చేదు అనుభవాలు కావాలో!

నేను ఏమీ కాను, నా చేతులలో ఏమీ లేదు – దివ్య చైతన్యం, దైవకృప లేక 'నేను' అనేదేమీ ఉండనే ఉండదు. ఇది

తెలుసుకోవటానికి ఎన్ని ఆఘాతాలు, బాధలు, వ్యధలు అవసర మౌతవో! (Pain is the hand of Nature sculpturing men to greatness అంటారు శ్రీఅరవిందులు 'సావిత్రి' లో)

నీవు చేయవలసినది ఒక్కటే. నీ లోపలి ద్వారాలు దైవం కోసం తెరు. ఏదీ దాచకు. దాపరికం అసత్యానికి రహదారి. ఏ కాస్తంత ఆటంకం లేక అణచివేత (suppression) అయినా చాలు నిన్ను నిశ్చైతన్య అగాథంలోనికి నెట్టివేయటానికి. ఎప్పుడూ సత్యమునకే లోబడి ఉండు. (Cling to the Truth) సత్యప్రకాశమే నీలో అంతటా ప్రసరించనీ. పరిపూర్ణ వినయశీలుడవై ఉండు. నీ భౌతికమనస్సు నీకు అంతా తెలుసునని నిన్ను తప్పు త్రోవ పట్టిస్తుంది. ఇపుడు నేను ఏమిటి? నేనేమి కావాలి? మధ్య ఉన్న అంతరమెంత? తెలుసుకో. నిన్ను నీవు పూర్ణంగా దైవమునకు అర్పణ కావించుకో. అదే వినయశీలత (modesty) అంటే. మనః పూర్వకంగా అర్పించుకో. నీ కపుడు ఏ బాధ్యత, బరువు ఉండవు. విముక్తుడవు కాగలుగుతావు. ప్రశాంతత సిద్ధిస్తుంది.

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: కర్రా వెంకటేశ్వర్లు

శ్రీమాత మార్గదర్శక సూత్రాలు

దివ్యశక్తిని గ్రహించుకుంటూ ఆ దివ్యప్రభావంతో పురోగమించాలనే సంకల్పమూ, దివ్యచైతన్యంతో నిరంతర సంస్పర్శ ఉండాలనే ఆకాంక్షా, ఆ శక్తీ, చైతన్యమూ కూడా నిరంతరం నీతోనే ఉంటాయనే దృఢవిశ్వాసమూ, నీకు ఆ దైవత్వానికీ మధ్య మధ్యవర్తిత్వము వహించేది ఏదీ రాకూడదు అనే భావమూ ఉన్మీలనానికి (openness) లక్షణాలే.

*

నీపై పనిచేస్తున్న చైతన్యాన్ని గ్రహించుకోటానికి సంసిద్ధుడవై యుండు. (ఉన్మీలుడవై యుండు) ఎంత నిశ్చలంగా, ప్రశాంతంగా ఉండగలిగితే అంతగానూ ఉండు.

ప్రేమకూ, కాంతికీ ఉన్ముఖంగా ఉండు. క్రిందటి నీ ఉత్తరానికి నేను పంపిన జవాబు కూడా ఇదే. చైతన్యంలో ఉద్ధతిని పొందు. విశాలమైన ప్రేమతత్వాన్ని వెలిబుచ్చు. ఇక దారితప్పటాలు ఉండవు. ఈ యోగమార్గం అనుసరించాలంటే ప్రపంచమంత విశాలంగానూ, సవిస్తరంగాను ఉండటం తప్పనిసరి.

*

ప్రియజననీ, మీకు ఉన్మీలుడనై యుండాలని నేను ఎంతగా ఉన్నప్పటికీ ఏదో ఆటంకం వస్తోంది.

బిడ్డా, నీ ఇష్టం వచ్చినట్లు కాకుండా నా అభిమతాన్నను సరించి నీ జీవితాన్ని నడపించుకోవాలని నీవు నిర్ణయించుకో లేదు కాబట్టే నా దెసగా ఉన్మీలుడివవటం నీకు కష్టంగా ఉంది. ఎప్పుడైతే ఆ అవసరాన్ని నువ్వు గుర్తిస్తావో అంతా సుగమమ వుతుంది – నీకు ఎంతగానో అవసరమైన ప్రశాంతతను పొంద గలుగుతావు.

నీ కృషి, ఆకాంక్షల్లో నేను సర్వదా నీతోనే ఉంటాను.

*

అమ్మా! అన్నీ ఇవ్వటానికని మీరు ఎప్పుడూ సిద్ధంగా ఉన్న ప్పటికీ, అంతగానూ అందుకో లేకున్నాను. గ్రహణశక్తి చాలటం లేదమ్మా!

ప్రపంచంలో సరిగ్గా ఇదే జరుగుతోంది. సరైన గ్రహణశక్తి లేదు కాబట్టే ప్రపంచ పరిస్థితులు ఇలా కష్టాల్లో పడుతున్నాయి. అది వివృతమై దివ్యప్రేమను పొందగలిగితే ఇక్కడే మోక్షము దొరుకుతుంది.

విధేయతతో నిరంతరమైన ఆకాంక్షే దానికి తగిన ఉపా యము.

*

అమ్మా! నాకూ ఇతరములైన వాటికీ, (అది ఏదైనా సరే) భేదము లేదనే అంశంపై ధ్యానం చేస్తే దాని ఫలితం ఎలా ఉంటుందం టారు? భగవంతుడు నాలో ఉన్నట్లే దానిలో కూడా ఉన్నాడు కదా?

ఫలితం ఘోరంగా ఉంటుందంటాను. ఎందువల్లనంటే అన్నిరకాల ప్రభావాలకు ఉన్మీలనమై ఉండటం అంత అభిలష నీయం కాదు.

*

ఈ ఉదయం వచ్చినామెతో నేను యధేచ్ఛగా మాట్లాడాను. కానీ మాట్లాడుతున్నంత సేపూ నాకేదో మంటల మధ్య నున్నట్లనిపించింది. ఆ తర్వాత రోజంతా జ్వరం వచ్చినట్లయింది. ఇదంతా ఆమెతో సన్నిహితంగా ఉండటం వల్లనే జరిగింతి కాబట్టి ఆవిడ నుంచి తప్పించుకొని తిరగమంటరా?

ఆమెను తప్పించుకోవాలనుకోవటం కంటే నీ చైతన్యాన్ని మార్పు చేసుకోవడమే మంచిది. బాహ్యంగా తప్పుకోడం వల్ల పెద్దగా ప్రయోజనం ఉండదు. నీ చైతన్యం ఇతర ప్రభావాలకు లోనుకాకుండా దైవానికే ఉన్ముఖమై ఉండటం మంచిది.

*

నా ప్రేమ ఎప్పుడూ నీకు ఉంటుంది. నీకది అనుభవం కావటం లేదంటే దానర్థం నువ్వు దాన్ని స్వీకరించలేకపోవటమే. నీ గ్రహణశక్తిని వృద్ధి చేసుకుంటే నా ప్రేమను గ్రహించగలుగుతావు. అలా వృద్ధి చేసుకోవాలంటే నీలో ఉన్మీలత (opening) పెంపొందాలి. ఉన్మీలన పెంపొందాల్నంటే నిన్ను నువ్వు సమర్పించుకోగలగాలి. నువ్వు చైతన్యవంతంగా దివ్యశక్తులనూ, దివ్య ప్రేమనూ చేదుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నట్లు తెలుస్తూనే ఉంది. ఆ పద్ధతి సరైనది కాదు. ఇచ్చి పుచ్చుకోవటంలో లాభనష్టాలు బేరీజు వేయకుండా, ప్రతిఫలాపేక్ష లేకుండా ఆత్మసమర్పణ చేసుకుంటే, చక్కగా స్వీకరించగలిగే సామర్థ్యం నీకు కలుగుతుంది.

*

ఒక జ్యోతిపై ఎంతో ధారణ చేశాను కానీ, దాన్ని ప్రజ్వలింప చేయలేకపోయాను. నా ఆకాంక్ష దాన్ని వెలిగించటానికి సరిపోలేదు.

జ్యోతి ప్రజ్వలనం నీ పని కాదని చెప్పాను కదా! అది వెలిగించేది నేనే. నీవు ఉన్మీలునుడవై దాన్ని గ్రహించి చక్కగా కాపాడుకో.

*

శ్రీఅరవిందుల వారొసగిన మంత్రరాజము.

"ఓం శ్రీఅరవింద మీరా!

నా మనసు, హృదయము, జీవితం నీ వెలుగుకీ, నీ ప్రేమకీ, నీ శక్తికీ వివృతం చెయ్యి. సర్వత్రా ఆ దైవాన్నే దర్శింతును గాక."

మూలం: శ్రీమాత

అనువాదం: డా॥ ఎ. ప్రభావతి, డా॥ ఎ. వెంకటరామ శాస్త్రి

ఉదార్ జ్ఞాపకాలు

ఓ రోజు శ్రీమాతను అడిగాను: "చాలా సంవత్సరాలుగా యోగ సాధన చేస్తున్నాను. అయినా శ్రీఅరవిందులవారి యోగం ఎలా చేయాలో సమంగా బోధపడటం లేదు. (వారి) గ్రంథాలన్నీ అధ్యయనం చేశాను. సాధనకి ప్రయత్నం చేస్తునే ఉన్నాను. ఎంత పురోగతి సాధించానో తెలియటం లేదు" సహాయం చేయమని మాతను అర్థించాను. "అంతా అపసవ్యంగా చేస్తున్నావు" – అన్నారు ఆమె. "అయితే నేనేమి చేయాలి?" అని అడిగాను. ఆమె అన్నారు "నీ కోసం నేను యోగసాధన చేస్తాను" (ఆ మాట వినగానే) వొళ్లు జలదరించింది. "అయితే మరి నేనేమి చేయాలి?" అని మళ్లీ అడిగాను. "నిన్ను నాకు సమర్పించుకో. నేను చేస్తాను (యోగం) నీ కోసం" అన్నారామె. "నేనెలా అర్పణ కావించుకోవాలి?" అంటే, ఆమె అడిగారు – "నీవు మనఃపూర్వకంగా (అర్పణ) కావించుకోదలచావా?" "అవును, నిశ్చయంగా అమ్మా!" అన్నాను. అపుడు మాత అడిగారు "ప్రొద్దుట నిద్రలేవగనే మొదట ఏమి చేస్తావు?" "పళ్లు తోముకుంటాను." "ఎలా తోముకుంటావు?" నాకు ఆశ్చర్యం వేసింది. ఎలాగేమిటి? "అందరిలాగే

అన్నాను" ఆమె అపుడు అన్నారు: "అంటే నీలో స్పృహ లేకుండా చేస్తున్నావు. నాతో చేస్తున్నానని ఆ పని చెయ్యి. నీవు ముఖం కడుగుకుంటూన్నప్పుడు నాతో కలిసి చేస్తున్నానని భావించు. తిండి తినేటపుడూ నాతో కలిసి తింటున్నాట్లు భావించు. నీతో తింటూ నేనూ ఆనందిస్తున్నానుకో." ఇంకా అన్నారు ఆమె: "ముఖ్యంగా, నీవు నిద్రకు ఉపక్రమించే ముందు నా స్పృహలో ఉండవలసిన సమయం. నన్ను జోగొట్టనీ నిన్ను. అపుడు రాత్రంతా నా చైతన్యంలో శయనిస్తావు. మరునాడు నిద్రలేచి దినచర్య ప్రారంభించినపుడు నా స్పృహ నీలో మరింతగా ఉంటుంది." కాబట్టి అన్ని సమయాలలోను శ్రీమాత మనతో ఉన్నారనే చైతన్యంలో ఉంటూ, ఆమెకే, ఉన్ముఖులమై ఉండాలి.

అనువాదం: కర్రా వెంకటేశ్వర్లు

సమాచార పత్రం

ఆగస్టు 15, 2006 న శ్రీఅరవిందుల 134 వ జయంతి పాటించబడుతుంది. ఆ సందర్భంగా సొసైటీ బీచ్ ఆఫీసులో ఈ క్రింది రెండు కార్యక్రమములు నిర్వహించబడుతవి.

1. శ్రీఅరవింద సొసైటీ వార్షిక సమావేశము – ఆగస్టు 12, 13, 14 తేదీలలో.

2. శ్రీఅరవిందుల గీతావ్యాసాలపై అధ్యయన శిబిర నిర్వహణ – ఆగస్టు 17 నుంచి 26 వరకు; డా॥ యం.వి. నడ్కర్ణిగారిచే ఉ. 9 గం. నుంచి 10, తిరిగి 10.30 నుంచి 11.45 వరకు. అందరూ ఆహ్వానితులే.

పూర్నియా (బీహారు) బ్రాంచివారు, 2006 ఫిబ్రవరి 18-20 తేదీలలో యూత్ క్యాంపు నిర్వహించారు.

శ్రీఅరవింద సొసైటి, వడోదరలో 2006 ఫిబ్రవరి 4 నుంచి 6 వరకు గుజరాతు రాష్ట్రస్థాయి వార్షిక సమావేశం జరిగింది. రాష్ట్రంలో కేంద్ర, బ్రాంచీల నుంచి 103 ప్రతినిధులు హాజరైనారు.

శ్రీఅరవింద సొసైటీ చైర్మెన్ శ్రీ ప్రదీప్ నరంగ్‌గారు ప్రారంభో త్సవ సభకి అధ్యక్షత వహించారు. ప్రముఖ కవి, మాజీ వైస్ ఛాన్సలరు పద్మశ్రీ శ్రీ సీతాన్సు యశశ్చంద్రగారు సభా ప్రారం భకులు. ప్రొ. కిట్టురెడ్డి శ్రీఅరవింద సొసైటీ, పాండిచేరి వారు, ముఖ్య అతిథి. శ్రీఅరవింద నివాస్ యువ విభాగంవారు, శ్రీఅర విందులవారి 'భవాని భారతి' పై హృద్యమైన కార్యక్రమం అందిం చారు. విశ్వ సంస్కృత ప్రతిష్ఠానమ్ వారు సంస్కృత భాషాభి వృద్ధి ప్రోత్సాహం గురించి చర్చించారు.

కొవ్వూరు (ఆంధ్రప్రదేశ్) కేంద్రం వారు 'మాతృసంకల్ప' మాసపత్రిక ప్రథమ వార్షికోత్సవం నిర్వహించారు. డా॥ సంపదా నంద మిశ్రా, శ్రీఅరవింద సొసైటీ, పాండిచేరి వారు ముఖ్య అతిథి.

ప్రతాప్ ఘర్ (యు.పి) 'అధిమానస అవరోహణ' పై గోష్ఠి 2006 మార్చి 12 న నిర్వహించారు. డా॥ జె.పి. మిశ్రా, ప్రిన్సిపాల్ M.D.P.G కాలేజీ, ప్రతాప్ ఘర్ వారు అధ్యక్షత వహించారు. శ్రీ తేజ్ బహదూర్ సింగ్, సీనియరు ఏడ్వకేటుగారు ముఖ్యఅతిథి.

నౌడా (యు.పి) బ్రాంచివారు వేదాధ్యయన కార్యక్రమం ఏర్పాటుచేశారు (25-3-2006)

భ్రమలు, తికమకలు – వీటి ప్రాతిపదికగా మన స్వభావం అవిరామంగా చరిస్తూ ఉంటుంది. దైవశక్తి దీనికి భిన్నమైనది. ఇది స్వేచ్ఛగా, నిదానంగా అనం తమైన అగాధపు లోతులలోని శాంతితో పనిచేస్తూ వుంటుంది. నిమ్నస్థాయి స్వభావం ఆత్మని ఆవరించ కుండా ఉండాలంటే మనం అనంతమైన ఆనందాన్ని ఆవహించుకొని దానితో తాదాత్మ్యత పొందగలగాలి.

శ్రీఅరవిందులు